

かしば 第2号 つながる通信

つながりが続く、広がる、かしばの活動

発行元 香芝市介護福祉課／香芝市社会福祉協議会

〒639-0251 奈良県香芝市逢坂一丁目374番地1
(香芝市総合福祉センター内)

かしばし社協HP <https://ka-shakyo.or.jp>

☎ 0745-76-7107 ✉ info@ka-shakyo.or.jp

コロナ禍でも日々のつながりを絶やさない

【白鳳台】

香芝市の北部に位置する住宅地
昭和60年代より働き盛りの世代が多く
転入してきた地域
〈人口〉1456人 〈世帯数〉638世帯
〈高齢化率〉42.86%
(令和4年5月31日現在)

気になる会議

—気になる会議は気づきの会議—

気になる会議は、地域で福祉活動に取り組む中で、同じ地域で暮らす住民同士の目線で気になる人や福祉の困りごとについて、みんなで話し合う場です。2ヶ月に1度、白鳳台にある香芝市地域交流センターで開催しています。気づいたことを持ち寄り、みんなの力を合わせ、どうしたらいいかを話し合います。

白鳳台自治会と関連団体

白鳳台地域には、様々な組織や団体があります。自治会高齢者対策室、自治会青色パトロール隊、白鳳ふれあいの会(地域福祉推進委員会)、白鳳台鳳友会(老人クラブ)、生涯学習学級、自主防災隊、子ども会などです。お互いに協力し合って安全、健康、福祉、生きがい作りなどに取り組んでいます。



—気になる会議を始めたきっかけ—

白鳳台では、たくさんの方が地域活動に取り組んでいます。熱心に活動を進めていくほど、様々な理由で孤立して困っている人(気になる人)の存在が見えてきます。自治会長の高橋進さんは、気になる方がいたら、声をかけたり自宅を訪ねて行ったりしていましたが、どう関われ

ばいいか悩むこともありました。

ちょうど白鳳台地域に市の地域交流センターがオープンする予定があり、社会福祉協議会から打診もあつたことから、「気になる会議」を開催しようとした。

会議の主な出席メンバーは、自治会役員、自治会高齢者対策室、白鳳ふれあいの会、白鳳台鳳友会、民生児童委員、地域包括支援センター、大和園白鳳(老人福祉施設)、社協などです。

—自然につながり合える 白鳳台を目指して—

気になる会議では、一人暮らしや認知症の高齢者、8050問題、訪問を断る方への関わり方についてみんなで話し合っています。「挨拶は続けよう。」「雨戸が開いているか、さりげなく見守ろう。」「困っているも自分から助けてと言えない人もいる。」などの意見が出ます。同じ地域の住民同士の目線で、自然に気にかけて心配し合ったりしています。

80代の母親は、一緒に暮らしている50代の息子が病気で働いていないことが気になっていたので、誰にも相談できずにいました。母親自身も高齢で体が弱っていましたが、包括支援センターからの訪問は「いらない。」と拒んでいました。そこで、気になる会議で話し合い、地域みんなで散歩中に声をかけたり、家庭菜園

でとれた野菜のおすそ分けをしたりして、親子に異変が無いが、さりげなく見守り続けていました。すると、少しずつ心を開いてくれ、困っていることを話してくれるようになり、包括支援センターや社会福祉協議会の訪問につながりました。みんなで一緒に解決方法を考えることで、地域で「気になっている人」に関わりやすくなっています。

高橋自治会長は、「それぞれの団体がこれまで続けてきた活動でできたつながりがある。コロナだから何でも中止するのではなく、できることは取り組んでいきたい。」と話します。

地域を元気に、みんなで体操

白鳳ふれあいの会

—いきいき百歳体操—



白鳳ふれあいの会は、住民の交流やふれあい食事サービスなどの地域福祉活動をしているボランティアの会です。

裏に続く▼

いきいき百歳体操は、地域包括支援センターからの声かけがあり、令和元年から介護予防を目的に取り組んでいます。コロナ禍で中止していた期間もありましたが、外出の機会が少なくなり心身ともに弱ってしまう人がいることが気になり、感染対策をしながら再開することになりました。毎週金曜日には地域交流センターに30人ほどの高齢者が参加しています。

—ラジオ体操—

ラジオ体操は5月～9月の期間中、毎朝6時半から、児童公園で地域の交流を目的に実施しています。

開始時間前になると1人2人と参加者が集い、23人ほどになりました。

コロナ前には子ども会からも参加がありました。金曜日には、ラジオ体操に参加した後、いきいき百歳体操に参加する人もいます。



—つながる場が地域を元気に—

それぞれの体操に参加している方からは、「休んだら次に来た時に何で来てなかったん？と呼びかけてくれるのが嬉しい。」「今まで話したことが無かった人や知らなかった人との関わりができた。」「いつも来てくれる人が来てなかったら心配。」「休んでもまた来ようと思っただけ。」「などの声が聞かれます。

会長の井上貴雄さんは、「ラジオ体操は長年続いてきた事業でこれまで大勢の方が参加されてきた。人と人とのつながりの場になっている。コロナ禍でも、外に出て誰かと顔を合わせるから元気でいられる。ふれあいサロンも再開させたいと思う。」と話します。同じ時間や場所を共有することで、同じ地域の住民同士という意識が深まり、自然な気かけ合いが生まれているようです。



● **ポイント!**
顔を合わせる機会があるから、お互いのつながりが続く。
● 自然な気かけ合いが生まれている。

● コロナ禍でもつながりが途切れないよう工夫をしている。

高齢者の保健事業と

介護予防等の一体化へ

—出張講座を実施します—

急激に進む高齢化社会、人生100年時代を迎えようとする今、住み慣れた地域で、社会との繋がりが途切れることなく、自らが自分の健康に興味を持ち、一人一人がいつまでも元気に過ごせるよう、今までの介護予防に加えて、病気の重症化予防も行う必要があります。

香芝市では、令和3年度より国保医療課が窓口となり、関係課・団体が連携し高齢者の保健事業と介護予防等の一体的な実施に取り組んでいます。

【内容】

① **高齢者のかたへの個別支援（健康相談）**

● 低栄養防止・重症化予防
● 口腔機能低下防止（お口の相談）など

② **通いの場などへの積極的な関与**

● 歯科及び栄養相談（講話）
● フレイル予防の講座

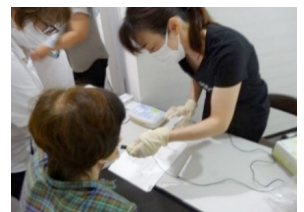
—地域へも出向いています—

● **歯科相談事業（お口の健康講話）**

● 口腔機能測定（パタカ測定）

● フレイルについての講話（国保医療課職員）

● 口腔機能低下についての講話（歯科衛生士）・個別相談



▲上中ふれあいサロンでの様子

【栄養相談事業】

● フレイルについての講話（国保医療課職員）

● 低栄養についての講話（管理栄養士）

● ソルセイブ（塩味の感じ方測定）

● 個別相談



▲穴虫二上なかよし会での様子

【申し込み・問い合わせ先】

▼香芝市国保医療課

（香芝市総合福祉センター内）

〒639-0251

香芝市逢坂一丁目374-1

Tel 0745-79-7528



つながる通信

全国の事例はこちらからご覧ください。

発行元

「つながりを切らない」情報・交流ネットワーク

HPアドレス:<https://www.t-net.online/>